

# Waarom wordt een Nederlander Orthodox in de Russisch Orthodoxe Kerk?

## Een korte inleiding in de Orthodoxie.

door: Wladimir Timmer, altaardienaar, maart 2012.

### Inleiding

Natuurlijk kan ik alleen maar voor mezelf spreken, maar toch zullen er gemeenschappelijke motieven zijn wanneer een Nederlander deze keuze maakt. Juist ook voor hen die zoekende zijn, zou dit artikel een hulp kunnen zijn. Verder dient in ieder geval te worden uitgelegd wat het woord "Orthodox" in de bovenstaande vraag betekent. Dat doe ik in de 3<sup>e</sup> alinea en verder. De uitleg is vervolgens ook meteen de reden waarom ik me zo aangetrokken voel tot de Orthodoxie en waarom het mijn leven tot nu toe heeft gevormd. In 1999 ben ik door mijn doop toegetreden tot de Orthodoxe Kerk in navolging van mijn broer die nu priester is. Hij wist me erg te raken door zijn manier van leven en door zijn antwoorden op de vragen die ik had. Antwoorden die ik in andere geloofsovertuigingen of andere christelijke denominaties niet was tegengekomen. Hoe ons contact met Rusland tot stand kwam en daarmee met de Russisch Orthodoxe Kerk vertel ik verderop in dit stuk (zie: Liefde voor Rusland). Ik ben zelf fysiotherapeut van beroep en ben altijd al heel erg geïnteresseerd geweest in de mens en de klacht achter de klacht. Vandaar dat ik ook een jaar psychologie heb gestudeerd. Echter door een andere passie, namelijk atletiek, dat ik op hoog niveau beoefende, moest ik een keuze maken om iets te laten afvallen (werk of studie of topsport). Het kon niet allemaal samen op een goed niveau. Uiteindelijk koos ik om door te gaan met werk en sport.

Soms zie je mensen, van welk geloof dan ook, na hun bekering erg fanatiek in hun geloof duiken door allerlei zaken af te schaffen, om werkelijk een nieuwe wending aan hun leven te geven. Ook ik wilde zaken anders aanpakken, maar ik zat nog wel met een belangrijke vraag, namelijk, of ik op zondagen wel wedstrijden mocht lopen. Als antwoord op die vraag kreeg ik het mooie antwoord, van een Nederlands Orthodox priester, dat mij in 1999 uiteindelijk niet meer weerhield om me te laten dopen, namelijk, dat als ik het talent van hardlopen van God had ontvangen, ik hier ook iets mee moest doen, ook als er op een geven moment belangrijke wedstrijden op zondag zouden zijn. Echter, wanneer dat niet het geval was, dat ik dan moest proberen op zondag naar de kerk te gaan. Toen was mijn beslissing genomen. Twee jaar later werd ik met Gods hulp Nederlands kampioen op de 1500m. Het was voor mij een bevestiging van de juistheid van m'n beslissing. Na mijn titel heb ik het besluit genomen om te stoppen met topsport. Dit maakte de weg vrij voor een nieuw avontuur, namelijk het aanvangen met een studie in Rusland, op het seminarie in St. Petersburg. Daar zit ik nu in mijn 4<sup>e</sup> jaar. In onderstaande tekst wil ik aangeven wat voor mij het Orthodoxe geloof zo bijzonder maakt door de belangrijkste elementen van het Orthodoxe gedachtegoed weer te geven en de vragen die ik mezelf vóór en na m'n doop stelde te beantwoorden en te verwerken in de tekst. Toch besef ik goed, dat woorden veelal niet in staat zijn om een gevoel precies uit te kunnen drukken. De Orthodoxie moet je voelen. Het beste is dan ook om een keer aanwezig te zijn tijdens een kerkdienst. De dienst zelf, waar God aanwezig is, is de beste uitleg.

## **Betekenis Orthodoxie**

Orthodox betekent: de juiste verering. De Oosters Orthodoxe Kerk is als een ononderbroken navelstreng. In alle eeuwen, nadat het laatste van de 7 Concilies in 747 na Chr. plaats had, zijn er geen essentiële geloofszaken meer toegevoegd aan of afgehaald van de leerstellingen van het Orthodoxe geloof. De voeding komt vanuit de traditie van de Aartsvaders en Profeten van het oude testament en daarna, zo'n 2000 jaar geleden sinds het ontstaan van de Christelijke Kerk vanaf Pinksteren, via de overleveringen van de Apostelen en Evangelisten van het Nieuwe Testament en daarna van de Kerkvaders. Zij allen hebben hun overleveringen op mystieke wijze van de Heilige Geest ontvangen. Dit gebeurt ook vandaag de dag nog (zie hiervoor ook hieronder bij de diepe wijsheden van de eenvoudige heilige monnik Silouan). Daarom is de Orthodoxe Kerk een levendige en open kerk die niet in eerste instantie door mensen wordt geleid, maar door de Heilige Geest, Die werkt via godvruchtige mensen en die (kerk), zoals het woord orthodox misschien ten onrechte oproept, juist altijd in beweging is. Elke keer zullen problemen van vandaag de dag weer op hun actualiteit worden beoordeeld. Meetlat is de Bijbel en datgene wat door overleveringen en in de diverse Concilies door de eeuwen heen bepaald is. In een Concilie nemen bisschoppen, priesters, abten van kloosters, leken, zowel mannen als vrouwen, om de zoveel jaar deel, elke keer weer in een andere samenstelling. Elke gelovige heeft dus een stem.

## **Kerk en natuur**

Een ander facet van de Orthodoxe Kerk dat me zo aanspreekt is de regelmaat. In het huidige hectische leven schept de Orthodoxe Kerk rust door het volgen van een al eeuwenoude jaarkalender die geformeerd is rond het feest der feesten, namelijk Pasen, de Opstanding van Christus. Na een lange vastentijd volgt een even zo lange tijd van feesten. Het orthodoxe geloof is ritmisch en staat erg dicht bij de natuur. De vele feesten die er zijn volgen dan ook het ritme van de 4 jaargetijden. In de kerk komt dit ook levendig tot uitdrukking. In het voorjaar wanneer Pinksteren wordt gevierd, zie je bijvoorbeeld in de kerken veel groene takken, soms liggen er ook bloemen op de grond alsof je je in een weiland, op Gods akker, bevindt. Naarmate het jaar vordert, worden er vruchten gewijd en later honing en noten.



## **Pinksteren**

### **Orthodoxie in de praktijk**

De Orthodoxie is een manier van leven. Het vergt discipline, maar je krijgt er heel veel voor terug. Uiteindelijk is het doel dichterbij God te komen door de Heilige Geest te verwerven en daarmee het eeuwige leven. Christus zegt namelijk niet voor niets: "Ik ben de Weg, de Waarheid en het Leven". Het blijft niet beperkt tot het bijwonen van een kerkdienst in het weekend. Elke dag viert een Orthodox zelfstandig een kleine dienst. Hij bidt de ochtend- en avondgebeden voor een aantal iconen in z'n huis, hij bidt soms een akathist (lange lofzang tot een heilige voor een bepaalde gelegenheid) of zegt een aantal malen het eeuwenoude Jezusgebed: "Heer Jezus Christus, Zoon van God, ontferm U over mij zondaar". Dit gebed geeft de kern aan van de Orthodoxie: ascese, nederigheid en berouw. Alleen als de mens inziet dat hij zonder God niets kan, zal hij Hem om hulp vragen. In de Orthodoxie zijn er 2 prachtige sacramenten die de mens kunnen helpen de eenheid met God die de mens zelf heeft verstoord door zijn zonden, weer te herstellen, namelijk de biecht en de heilige Communie.

### **Onderscheidingsvermogen, het hoogste goed.**

In het Westen is er door de eeuwen heen, ook in het Christendom, steeds meer nadruk komen te liggen op het humanisme, ofwel het humaan omgaan met je medemens. God heeft daarin steeds minder of geen plaats. Ook het Christendom acht het helpen van de medemens als een plicht. Christus Zelf, heeft ons opgedragen je naaste lief te hebben als jezelf. Alleen bidden zonder de vruchten ervan in de praktijk toe te passen, is dan ook nutteloos. Apostel Jakobus zegt het heel krachtig: "Geloof zonder werken is dood" (Jak. 2:20). Maar wanneer er alleen maar wordt gehandeld zonder de Bron, ofwel God, te

raadplegen, droogt je eigen bron uit. Je kunt bijvoorbeeld wel constant mensen helpen, maar soms blijkt dat die hulp alleen maar averechts werkt. Mensen moeten ook op eigen benen leren staan. Wanneer je niet leert te onderscheiden wat goed voor een mens is, heeft bepaalde hulp geen zin. Het is dan ook niet vreemd dat veel hulpverleners opgebrand raken. Wat de term onderscheidingsvermogen betreft, beschouwen de Kerkvaders dit als het hoogste goed om naar te streven. Het staat nog hoger dan liefde. Hun uitleg daarbij is, dat wanneer iemand niet goed kan onderscheiden of degene met wie je contact hebt echte of geveinsde liefde in zich herbergt, je die ander dan verkeerd zal inschatten. Hetzelfde geldt voor je eigen liefde voor een ander. Die kan ook gemengd zijn met onzuivere bedoelingen. En wanneer iemand zelfs alleen maar liefde voor zichzelf heeft, lijdt dat tot egoïsme of nog erger tot narcisme. Dan is eigenliefde ziekmakend. Alleen door tot God te bidden om onderscheidingsvermogen te mogen verwerven, wordt ware liefde verworven, want "God is liefde" (1 Joh. 4:8). Je verwerft daarmee elke keer weer een stukje van Hem en gaat daarom ook steeds meer op Hem lijken. De mens is ook niet voor niets geschapen naar Zijn beeld (eikonos in het Grieks ofwel icoon) en gelijkenis. Ons beschadigde beeld zullen we weer moeten proberen te herstellen. God komt ons daarbij te hulp want op eigen kracht lukt dat niet. Kort en krachtig kan worden gezegd dat God mens is geworden, opdat de mens (weer, zoals in het Paradijs vóór de zondeval) vergoddelijkt kan worden. God roept de mens ook voortdurend op om heilig te worden zoals Hij: "Zijt heilig, want Ik ben heilig" (1 Petrus 1:16). Verder staat er in relatie tot het verwerven van onderscheidingsvermogen ook niet voor niets in de Bijbel de volgende opdracht naar de mens: "Wees omzichtig als een slang en argeloos als een duif" (Mat. 10:16). De slang staat hierbij voor het verstand en de duif voor het hart. Dit houdt in dat je altijd goed moet opletten in deze wereld vol list en bedrog en daarom je gezond verstand moet gebruiken en tegelijk ook open moet staan voor een ieder die op je pad komt en die met het geloof en vertrouwen van een kind tegemoet moet treden. Echter te véél van het eerste lijdt tot het voortdurend controleren, de wereld alleen maar feitelijk benaderen of tot argwaan ("want niemand is toch te vertrouwen") waardoor de weg van de wonderen die er in de wereld nog altijd plaatsvinden (zie ook onderstaande foto's van Alexander Svirski) wordt afgesloten. Te véél van het tweede lijdt tot het roekeloos volgen van bijvoorbeeld goeroes en mensen die zaken mooier voorstellen dan ze zijn en inspelen op iemands gevoel zoals in de reclamewereld en op het gebied van relaties. Een actueel voorbeeld hiervan zijn de zogenaamde loverboys. Mensen volgen hierbij klakkeloos hun gevoel dat soms misleidend is als het verstand niet wordt gebruikt. Het gaat dus om het vinden van het gepaste antwoord, in iedere situatie weer opnieuw. Iemand kan je vele malen bedrogen hebben, maar kan hier ook een keer genoeg van hebben en spijt betuigen en definitief afrekenen met zijn bedrog. Wanneer hij je benadert ben je op je hoede, maar doordat je tegelijkertijd ook nog altijd open staat voor het goede in de ander, kan je inzien dat er dit keer echt iets is veranderd in de ander en dat je hem dit keer kan vertrouwen. En zo handelt God ook met ons. Het grote verschil is alleen dat wij veel minder geduld hebben dan Hij en daarom de ander vaak al snel de rug toekeren wanneer die ons heeft gekrenkt, zelfs na een oprechte spijtbetuiging, de ander is dan te laat. God geeft aan ons zeventig maal zeven te vergeven. Dit aantal moet niet letterlijk worden genomen, maar het wil aangeven dat Hij altijd klaar staat om ons te vergeven, ook voor de zoveelste keer, als wij maar een oprecht berouw hebben. En dat berouw nu, kan worden uitgesproken in de biecht.

## **De biecht**

De biecht kan worden vergeleken met een gesprek tussen een arts, ofwel de priester, en een patiënt, ofwel de biechteling, waarbij de kerk het ziekenhuis en zeker geen rechtbank is.



## De biecht

Tijdens de biecht is God op mystieke wijze aanwezig. De biechteling erkent dat hij een kwaal, een zonde, heeft en wil daaraan geholpen worden. Hij doet dat vrijwillig en zeer overtuigd, want hij is zich van de gevolgen van zijn (geestelijke) kwaal bewust. Die kwaal beklemmt hem namelijk en maakt hem onrustig. Hij voelt zich niet meer echt vrij. De kwaal blijft bij alles wat hij doet toch op de achtergrond aanwezig. Laat hij de situatie zoals die is, dan woekert de kwaal voort en wordt die na verloop van tijd erger en neemt hem bij tijd en wijle soms geheel in beslag. De priester wil de biechteling graag helpen en begeleiden om de kwaal aan te pakken, soms ook troost hij alleen maar, want wat zal hij nog kunnen toevoegen aan iemand die tranen stort van berouw. Zowel de priester als de biechteling beseffen beide dat God, die de ziel van de mens beter kent dan zij hun eigen ziel, in hun midden is en het dan ook geen zin heeft om iets verborgen te houden. De priester, die zelf ook zijn eigen kwalen heeft, weet ook maar al te goed dat hij daarom op hetzelfde niveau als de biechteling staat en kan zich daarom goed inleven in de biechteling en hem het juiste advies geven d.m.v. door God geïnspireerde woorden. Er is dus geen sprake van straf zoals een rechter die kan uitdelen, maar van hulp tot genezing. Van het opnieuw herenigd worden met God. God wil niets liever dan dat wij weer met Hem verenigd worden. Het verhaal van de "Verloren Zoon" is in de biecht dan ook elke keer weer van toepassing op ons. Door een oprechte biecht vergeeft God al onze zonden. Hoe zou Hij, Christus, anders de rover (die een moord had gepleegd) die aan de rechter zijde van Christus aan het kruis hing en oprecht berouw had, kunnen zeggen: "Heden zult gij met Mij in het paradijs zijn" (Luk. 23:43). Het bewust achterhouden van zaken in de biecht heeft nogmaals geen zin. God kent al je gedachten en weet alles wat je gedaan hebt en zult gaan doen. Hij wil alleen dat je zelf erkent dat je door te hebben gezondigd, rechtstreeks tegen Hem of tegen je medemens en omgeving en daarmee ook tegen Hem, jezelf hebt afgewend van Zijn liefde en daarmee van Zijn geboden, want iemand die God waarlijk lief heeft, onderhoudt de geboden en begaat geen zonden. Nu zondigt echter iedereen want de trots van de mens is erg groot en daarom is het zaak om in ieder geval telkens te herkennen en erkennen dat je van God hebt afgekeerd, zodat je Hem met oprecht berouw elke keer weer om vergeving kunt vragen. Die vergeving is zó groot, dat het al een zonde op zich is, als je na je biecht zou twifelen aan die vergeving. Echter, nogmaals, is het afhankelijk van de mate van openheid en oprechtheid in welke mate God je zal vergeven. Goed is ook, om te beseffen dat de mens door te zondigen, zichzelf straft; het initiatief ligt niet bij God.

## Het mysterie van de heilige Communie

In het Mysterie van de Heilige Communie wordt de mens met God verbonden door aan de Communie deel te nemen; door Zijn lichaam (dat voor ons gebroken is) en Zijn bloed (dat voor ons vergoten is) te nuttigen ter vergeving van onze zonden, zoals Christus zelf zegt en waartoe Hij ons ook oproept (tot de Communie)( Luk. 22:19-20).



### De Heilige Communie

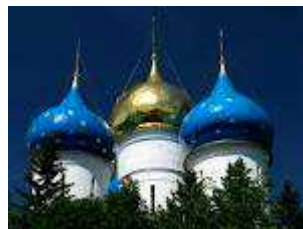
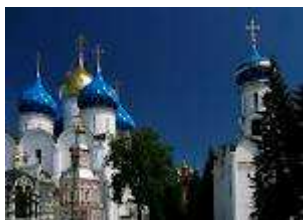
Hierbij is het in de Orthodoxie zo dat de wijn zowel echt wijn blijft, maar ook op mystieke wijze door het aanroepen van de Heilige Geest tijdens het eucharistisch gebed (de Epiclese), wordt geconsacreerd tot het Bloed van Christus Die Zichzelf dus - in iedere liturgie – offert. Hetzelfde geldt voor het brood, dat zowel echt brood blijft, maar tegelijkertijd ook het Lichaam van Christus is geworden. Christus zegt: “Ieder die Mijn Vlees eet en Mijn Bloed drinkt, blijft in Mij en Ik in hem” (Joh. 6:56). Om zich op dit, voor een mens niet te beseffen Mysterie, zo goed mogelijk voor te bereiden, is het zo dat in Russisch orthodoxe kerken de regel is, dat men de drie voorafgaande dagen aan de Heilige Communie vast (geen vlees, zuivel, boter, eieren, vis, alcohol en olie eet of drinkt). Natuurlijk zijn er uitzonderingen, bijvoorbeeld voor zwangere vrouwen. Verder bidt men 4 canons. Dit zijn gebeden die berouw oproepen in de mens om de juiste geestesgesteldheid te verkrijgen bij het naderen van de Goddelijke Mysteriën (Lichaam en Bloed van Christus). De gebeden zijn geschreven door de Heilige Kerkvaders die deze in een staat van diep berouw hebben opgeschreven. Het zijn: de boetecanon tot onze Heer Jezus Christus, de canon tot de Alheilige Moeder Gods, de canon tot de Beschermengel en een canon waarin ze allen samenkomen. De canons worden in de regel 's avonds thuis gelezen. 's Ochtends volgen dan nog enkele psalmen en voorbereidingsgebeden. Om een indruk te geven: al met al bidt men ongeveer een uur. Hierbij dient te worden opgemerkt, dat het zeker niet gaat om de kwantiteit, maar om de kwaliteit van het gebed. Wanneer voorafgaand aan het ontvangen van de Communie, bijvoorbeeld in de biecht, slechts door enkele gedachten, berouw wordt gevoeld en men tranen voor God laat en in deze toestand de Communie ontvangt, zegt dat meer, dan dat men met een onbewogen hart de Communie ontvangt doordat men z'n gebeden heeft afgeraffeld of ze 's avonds onder grote vermoeidheid en daardoor te weinig concentratie heeft gelezen, niet al z'n gedachten te hebben verteld in de biecht of als men als routine de Communie ontvangt.



Gaat men elke week ter Communie, dan wordt in ieder geval geacht vanaf 12.00 uur (een dag) voorafgaand aan de Communie te vasten. Bij beide wijzen eet en drinkt men vanaf middernacht tot het moment van de Communie (dat is op het eind van de liturgie, meestal rond 12.00 uur in Nederland) in de regel niets meer. Natuurlijk zijn ook hier uitzonderingen, bijvoorbeeld voor hen die medicijnen slikken, of voor hen die een lage bloeddruk hebben en zonder iets te hebben gegeten onderuit zullen gaan. Alles gaat in overleg met hun geestelijk vader en/of de parochiepriester, ook wat betreft het lezen van de gebeden.

Is vasten moeilijk? In feite is dit slechts een eerste stap, een middel, en relatief niet zo moeilijk. Voor mijzelf komt de discipline van het je onthouden van eten en in de Grote Vastentijd de daarbij komende fysieke inspanning - in dit geval het doen van buigingen tot de grond voor Gods icoon -, mij bekend voor vanuit mijn topsporttijd. Het je extra inspannen om goed met je medemens om te gaan is al veel moeilijker (juist in de Grote Vastentijd zijn er meer verzoeken) om nog maar te zwijgen van het bedwingen van je gedachten zoals verderop in de tekst over de heilige Silouan duidelijk zal worden. Ook hier geldt weer, dat alles in overleg dient te gaan met de geestelijk vader en/of de parochiepriester. Ieder doet naar gelang hij kan. Er zijn situaties waarin de regel (agravia (Grieks)) tijdelijk even opzij wordt geschoven voor een aanpassing (eikonomia). Je eet zoals gezegd bijvoorbeeld geen vlees in de vastentijd, maar ben je uitgenodigd door iemand die alles uit de kast heeft gehaald voor een prachtige maaltijd en hij weet niet dat je vast, dan verstoort je de avond niet en ben je dankbaar voor het gezellige samenzijn. Het spreekt voor zich dat het verstandig is om in de Grote Vastentijd natuurlijk wel te proberen niet zelf bij mensen op bezoek te gaan die niet weten dat je vast, zeker als je ze ook best na de Vastentijd had kunnen bezoeken. Je moet het jezelf op die manier dus ook niet moeilijk maken.

## Kerkgang, belangrijk of niet



Is het noodzakelijk om ter Communie te gaan? Hierop zou je een vervolgvraag kunnen stellen, namelijk, is het noodzakelijk om naar de kerk te gaan?

Ten eerste is het goed om dan uit te leggen dat de kerk niet in eerste instantie een instituut is, maar een organisme: het Lichaam van Christus, waarmee de christenen worden bedoeld. Christus is daar het Hoofd van. Iedere christen die door de doop toetreedt tot dit lichaam versterkt het, maar iedere christen die zondigt, verzwakt het. Iedere christen is een cel van het lichaam. Hoe meer cellen bij elkaar zijn, hoe krachtiger het lichaam functioneert. Als een mens zondigt, lijdt het gehele lichaam, maar als hij zich bekeert ervaart het hele lichaam vreugde. Een christen kan dan ook niet solistisch opereren, want hij staat altijd in relatie tot de gemeenschap. De huidige Patriarch van de Russische Orthodoxe Kerk, Kyrill, heeft, toen hij nog in de functie van metropoliet was en Nederland bezocht, hier in relatie tot het gebed

eens over gezegd, dat ieder mens apart feitelijk maar enkele minuten écht geconcentreerd kan bidden. Daarna wordt hij toch door gedachten of andere zaken afgeleid. Wanneer de mens echter samen met anderen bidt, dan is die mens samen met die anderen net een vuurzee van allemaal kleine vlammetjes. Wanneer het vlammetje bij de één uitdooft, brandt het nog bij de ander en daardoor kan degene bij wie het vlammetje net is uitgedoofd, zijn eigen vlammetje - doordat hij de vroomheid bij de ander ziet – weer aanwakkeren. En zo brandt het gezamenlijke vuur van verlangen tot verbondenheid met God tijdens een dienst in de kerk. Hemel en aarde komen dan bij elkaar. Christus zelf heeft ook gezegd: “Want waar twee of drie vergaderd zijn in Mijn Naam, daar ben Ik in het midden van hen” (Mat. 18:20).

Kan een mens dan niet zelf tot God bidden, alleen voor Gods aanschijn? Natuurlijk kan dat wel en het persoonlijk gebed kan ook heel krachtig zijn. Door niemand afgeleid kan je je waar dan ook en op welke plaats dan ook richten tot God. Zelfs, of juist, als je fysiek bent opgesloten in een gevangenis, want uiteindelijk kan niemand zonder jouw vrijwillige toestemming beslag leggen op jouw geestelijke vrijheid. Ook de grootste tegenstander van God, de duivel, niet. Maar stel dat we niet naar de kerk gaan, maar wel zelf tot God bidden en goede werken doen, is dat dan niet genoeg voor God? Het antwoord hierop weet God alleen. Een mens zal nooit kunnen doorgronden hoe God de mens tijdens het Laatste Oordeel uiteindelijk oordeelt. Zouden de nog niet ontdekte wilde stammen ergens op de wereld of degenen in landen met regimes die alle banden met de rest van de wereld hebben afgesneden, die allen nog nooit van Christus hebben gehoord, door God daarop veroordeeld worden? Is onze God geen barmhartige God? Voor die stammen en volken geldt, dat zij, net als wij, een geweten hebben. Wij weten heel goed dat wanneer wij iets doen wat niet door de beugel kan, we dit op de één of andere manier voelen, lichamelijk, door bijvoorbeeld een soort spanningsgevoel in de maag of door een versnelde hartslag of geestelijk, wanneer de begane daad of de bepaalde gedachte je niet meer loslaat. Dat geldt voor de bovengenoemde groepen net zo. Zij kunnen elkaar om vergeving vragen. Dat vraagt God ook van ons. Het heeft zelfs geen zin om ter Communie te gaan als we de ander niet hebben vergeven en dat wel hadden gekund. Christus heeft Zelf aangegeven dit niet goed te keuren ( zie: Mat 5:24).

### **Voorwaarden en middelen van voorbereiding voor de redding van de ziel**

Maar nu weer terug naar ons, naar de mens die wél van Christus heeft gehoord. Op hem rust een grotere verantwoordelijkheid en zeker op degenen die zeggen Christen te zijn. Zij hebben in meer of mindere mate contact gehad met Hem en weten dan ook wat Hij van ons vraagt. Die vraag is niet mis, want wie vindt het makkelijk om zelfs z'n vijand lief te hebben zoals Christus ons opdraagt. Een houding als van degenen die zeggen dat Christus voor hun zonden gestorven is en dat zij gedoopt zijn en dat deze beide feiten voldoende zijn om gered te worden, verkeren volgens de Orthodoxie in hoogmoed. Het christelijk geloof zou dan wel heel makkelijk zijn. Beide feiten zijn zeker voorwaarden voor de redding van de ziel, maar hebben geen waarde meer wanneer een christen niet voortdurend aan zelfonderzoek doet zoals ook hierboven beschreven bij de biecht. Wat kan helpen naast het bidden is het lezen van de Bijbel, het lezen van heiligenlevens en vasten. Het wil niet zeggen dat een christen daardoor maar verkrampt moet leven, niet meer zou mogen genieten en telkens een juk op z'n schouders voelt. Hij mag genieten van alles wat God de mens heeft geschonken, van eten, drinken, dans, zang, seksualiteit etc. Echter alles op z'n tijd, anders verliest het z'n waarde. Een Orthodox vast op woensdag (ter gedachtenis aan het verraad van Judas aan Christus) en vrijdag (ter gedachtenis van de kruisiging van Christus), vóór 4 grote feesten



waaronder Pasen en Kerstmis en op nog enkele speciale dagen. Opgeteld is dat een half jaar. Iedereen vast weliswaar naar de mate waarin hij dit kan, echter zonder gehele vrijblijvendheid. In principe wordt er op vastendagen geen vlees, zuivel, boter, eieren, vis, alcohol en olie genuttigd. Allemaal producten die je een verzadigend gevoel geven en/of waar proteïne in zit die hierdoor bepaalde lusten kunnen opwekken. Bij het vasten gaat het erom een inspanning te doen, een offer te brengen, om dichterbij God te komen door een periode niet aan de geneugten van de wereld deel te nemen. Als deze onthouding ook nog eens gepaard gaat met een intensiever gebed en het bijwonen van de prachtige ondersteunende extra kerkdiensten door de week heen, dan is het makkelijker voor de ziel om Gods aanwezigheid te voelen en daardoor om te (blijven) bidden. Wanneer de vastentijd voorbij is, is het ook weer extra bijzonder om wél weer aan de geneugten van het leven deel te nemen. Het is te vergelijken met een schooljaar dat periodiek een schoolfeest heeft na een toetsperiode. Als je voor de toetsen je best hebt gedaan door een periode daarvoor hard te hebben gestudeerd en je daarvoor een goed resultaat hebt behaald dat je viert, is de feestvreugde in de regel veel intenser dan wanneer je er met de pet naar hebt gegooid en toch al elk weekend en door de week aan het feesten was. Zo is het ook met kerkfeesten. Die beleef je veel intensiever als je serieus hebt gevast. In totaal zijn er twaalf hoofdfesten waarvan drie zogenaamde beweeglijke feesten en negen vaste feesten. Alle zijn gecentreerd rond Pasen (staat dus boven de twaalf als het feest der feesten).



**Pasen, de Opstanding des Heren. Het feest der feesten. Te zien is dat Christus de boeien van de hel verbreekt en Adam (links) en Eva (rechts) hiervan bevrijdt.**

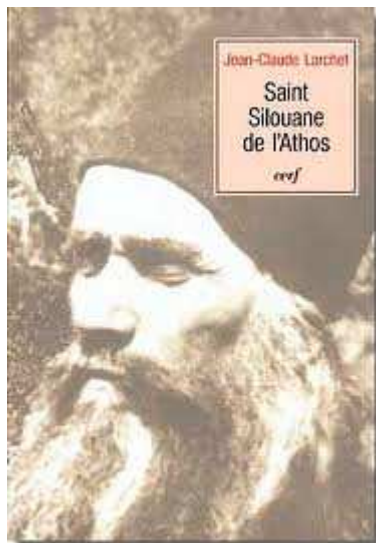
De beweeglijke feesten hangen direct van de Paasdatum af. De Paasdatum in de Orthodoxe Kerk wordt bepaald door te kijken naar de 1<sup>e</sup> zondag na de zonnwende (in de Lente) die na

de volle maan en na het Joodse Paasfeest valt. Beweeglijke feesten: De intocht des Heren in Jeruzalem, Pasen - De Opstanding des Heren, Hemelvaart des Heren en Pinksteren - Komst van de Heilige Geest. Vaste feesten (vaste datum): Geboorte v/d Moeder Gods, Kruisverheffing, Opdracht van de Moeder Gods in de Tempel - Tempelgang, Geboorte van onze Heer God en Verlosser Jezus Christus, Verschijning des Heren - Theofanie, Opdracht van het Kind in de Tempel – Ontmoeting, Aankondiging van de geboorte - Annunciatie, Verheerlijking op de berg - Transfiguratie, Ontslaping van de Moeder Gods .

In de Orthodoxie ligt de nadruk op het Nieuwe Testament, het testament waarin Christus zich openbaarde. Tijdens een kerkdienst wordt het leven, de leer en de vele wonderen en genezingen van Christus niet herdacht, maar elke keer weer opnieuw herbeleefd. Hij is dan ook wezenlijk aanwezig. Het voelen van Zijn aanwezigheid hangt enerzijds af van onze inspanningen en gebeden en anderzijds van Zijn genade. Wat vaak zo is, is dat die genade in het begin van iemands bekering erg groot is. God wil de mens sterken in z'n geloof. Daarna verdwijnt de genade voor het grootste gedeelte. God wil dan zien of de mens ook na een tijd nog steeds een verlangen heeft naar Hem of dat het vuur gedoofd is en ook wil Hij het geloof van de mens verdiepen, doordat de mens een sterkere inspanning gaat doen om de verloren genade terug te krijgen en God daardoor steeds beter gaat leren kennen....

### **De heilige Silouan, voorbeeld van ascese en van het Orthodoxe gedachtegoed**

.....Een mooi voorbeeld hiervan is dat van de heilige Silouan, een Russische monnik die rond het begin van de vorige eeuw leefde.



#### **Foto van de heilige Silouan († 1938)**

Toen hij nog maar enkele maanden op het Griekse monnikenschiereiland Athos in Griekenland was als novice (iemand die in de leer is om monnik te worden) en hij nog Simeon heette (een monnik krijgt bij zijn monnikswijding een andere naam), kreeg hij, tijdens zijn zware ascese door nachtelijk gebed - in zolang mogelijke staande houding in combinatie met vele poklonen ofwel diepe buigingen tot de grond -, zware verzoeken van de duivel te verduren door middel van allerlei gedachten. De demonen fluisterden hem de ene keer in: "Nu ben je heilig" en daarna juist het tegenovergestelde: "Je zult niet gered worden". Omdat hij dikwijls en ijverig bad, ervoer hij soms enige vrede. Maar dan zeiden de gedachten weer

tegen hem: "Jij bidt en misschien zul je worden gered; maar als je in het paradijs noch je vader noch je moeder noch degenen die je liefhebt zult vinden, dan zul zelfs jij daar geen enkele vreugde hebben". De demonische kwellende aanvallen namen steeds meer toe en de psychische krachten van de jonge monnik verzwakten. De wanhoop groeide. Toen hij een uur in een toestand van duisternis en helse angst had verkeerd, verscheen de levende Christus aan hem in een kerkje waar hij aan het bidden was. Heel zijn wezen en zijn lichaam werden vervuld met het vuur van de genade van de Heilige Geest. De zachtmoedige blik van Christus Die van vreugde staalt, Die alles vergeeft, Die oneindig goed is, trok het gehele wezen van Simeon tot Zich aan. Een leerling van de heilige Silouan, archimandriet\* Sophrony, heeft het leven van zijn geestelijk vader opgetekend, beseffende en zichzelf uitvoerig verontschuldigend, dat hij nooit volledig kon zijn in het exact overbrengen van wat de starets\*\* hem had verteld, maar dat hij niets heeft overdreven of weggelaten. Hij zegt in zijn boek "De heilige Silouan de athoniet" over de verschijning van Christus aan de toen nog genaamde Simeon het volgende: "Het is onmogelijk om de toestand te beschrijven, waarin hij zich op dat ogenblik bevond.

**\*= de benaming voor de overste van een klooster of van een groep kloosters (aartsabt). Het is ook een eretitel voor niet in een klooster levende priestermonniken.**

**\*\*=meestal oudere monnik die na een leven van stilzwijgend gebed bepaalde genadegaven van God heeft gekregen zoals spirituele raadgevingen en het onderscheiden van zielen en geesten.**

Wij weten uit de geschriften en uit de mond van de zalige starets, dat een groot goddelijk licht hem toen overstraalde; dat hij uit de wereld werd weggenomen en in de geest omhoog naar de hemel werd gevoerd waar hij onuitsprekelijke woorden hoorde; dat hij op dat ogenblik als het ware een nieuwe geboorte ontving van boven (naar Joh:1:13; 3:3)".

### **Verlies van Gods genade en de gevolgen daarvan**

Na deze Godverschijning is de genade in die omvang verdwenen uit de ziel van de jonge novice. Het had zijn ziel zowel in wijsheid als in kracht ontbroken om de gave te dragen. Hij was nog niet nederig genoeg, want de ijdelheid maakte zich van hem meester. Hij dacht de genadegave te hebben ontvangen door eigen verdienste. Het uitzonderlijke karakter van het verlies van de genade en van het ermee verbonden lijden spoort in de regel tot uitzonderlijke ascetische inspanningen aan. Zo ook bij Simeon. Geen enkele kwelling is groter voor de ziel dan die van het hebben mogen aanschouwen van Christus God waarna het besef ontstaat dat Deze weer is verdwenen. Ziekte, kou, honger, een naderend dodelijk vonnis, de dood van geliefden, niets van dit alles is erger dan het verliezen van bovenstaande genade.

Archimandriet Sophrony schrijft daarover: "De ziel lijdt hevig in de duisternis van de verlatenheid door God; de geest van de monnik wordt ondanks zijn inspanningen om het onophoudelijke inwendige gebed te bewaren, verduisterd en ziet demonen; 's nachts komen zij hem dikwijls lastig vallen en proberen hem het bidden te beletten, of ze proberen tenminste hem niet de kans te geven onverstrooid te bidden. In deze strijd zijn vele dingen onduidelijk voor de ziel die de zin en het doel van dit alles niet begrijpt. De monnik weent vanwege het vele, pijnlijke lijden van zijn hart; zijn ziel smacht en zoekt naar God, maar zij wordt omringd door duistere, schaamteloze, gemene, kwaadaardige en afschuwwekkende demonen". "Waar zijt Gij, o Heer...waarom hebt Gij mij verlaten?" Die paar woorden die hierboven gezegd zijn over het lijden van de ziel die zich door God verlaten voelt, zijn ontoereikend om zelfs maar één enkele nacht weer te geven van de strijd die de monnik

Silouan gedurende vele jaren heeft volgehouden. Ik herinner me dat de starets, die er volstrekt niet van hield veel daarover te spreken, op een keer tegen mij zei: "Als de Heer aan het begin niet aan mij had getoond, hoezeer Hij de mens liefheeft, dan had ik zelfs niet één enkele nacht doorstaan, en ik heb talloze van zulke nachten doorgemaakt".

### **Gods antwoord: "Houd je geest in de hel en wanhoop niet"**

Er waren vijftien jaren verstreken waarop de Heer aan hem verschenen was, toen tijdens één van die kwellende nachtelijke worstelingen Silouan tot God bad: "Heer, Gij ziet dat ik onverstrooid tot U wil bidden, maar de demonen beletten mij dit. Leer mij wat ik moet doen opdat zij mij niet hinderen". En in zijn ziel werd hem het antwoord gegeven: "De trotsen hebben altijd op die wijze van de demonen te lijden". "Heer, sprak Silouan, leer mij wat ik doen moet, opdat mijn ziel nederig worde". God antwoordde: "Houd je geest in de hel en wanhoop niet". De uitleg hiervan, die aanvankelijk alleen voor de monnik Silouan bestemd was, is ook een boodschap voor de mens van de eenentwintigste eeuw en voor het heil van deze wereld. Het eerste deel "Houd je geest in de hel", gaat om het besef dat je zonder God niets kan en door je trots zonden begaat en daardoor jezelf al begeeft in een toestand die nu al te vergelijken is met de hel. Je voelt dat je niet nederig bent en niet volledig vertrouwt op God Die je aanvankelijk genade heeft geschonken, maar je nu alleen lijkt te laten. De constatering dat je eigenlijk ongelovig en ondankbaar bent, zal moeten leiden tot het besef, door een diep berouw, dat je niet waardig bent om voor Gods aanschijn te komen. Door dit existentieel, dus niet abstract, te beseffen, leidt deze oprechte nederige houding er juist toe dat je door God wél waardig wordt geacht. Het tweede deel "En wanhoop niet" geeft ten eerste aan dat God als het ware degenen die zich écht in voorgenoemde geestestoestand van berouw bevinden troost, doordat Hij Zelf heeft gezegd "Wanhoop niet" daarmee aangevende dat Hij bestaat en de, van berouw vervulde mens, vergeeft. Ten tweede geeft Hij hiermee ook de opdracht aan de mens om niet te wanhopen, want dat staat ver af van het geloof in Hem en van het leven zoals Hij voor ons bedoeld heeft.

Archimandriet Sophrony zegt verder: "Men kan met zekerheid stellen dat zowel de vlammen als de helse kwellingen die aan de verschijning van Christus aan de novice Simeon voorafgingen, evenals het goddelijke licht dat hem toen overstraalde, voor de meerderheid der mensen onbekende en onbegrijpelijke zaken zijn. Wat een geestelijk mens ziet, wat hij voelt - heel zijn ervaring - kan voor een mens die geen geestelijke ervaring heeft, dikwijls waanzin lijken, de vrucht van een psychopathologische toestand. Beroofd van de ervaring van de werkelijkheid van de geestelijke wereld, ontkent hij wat hij niet kent. In aanleg is iedere mens geroepen tot de volheid van het geestelijk leven, maar de voortdurende gerichtheid van de wil op de materiële wereld, op lichamelijke en psychische ervaringen, hebben tot gevolg dat talloze mensen zodanig afstompen dat zij in een toestand geraken waardoor zij niet meer in staat zijn de geestelijke werkelijkheid op te nemen. In het dagelijks leven kunnen we dit vergelijken met het verschil tussen een radiobezitter die de radiogolven kan opvangen die de atmosfeer vullen en degene die geen radio bezit en die hun aanwezigheid niet opmerkt".

### **Monnikendom in de Orthodoxe Kerk**

Zij, die zoeken naar een contemplatief leven, naar een leven met een niet aflatende liefde voor God, de medemens en z'n omgeving, zullen zich op een gegeven moment gaan terugtrekken uit de drukke wereld en de stilte opzoeken om niet te worden afgeleid door de

wereld om zich daardoor volledig te kunnen concentreren op het gebed en om daardoor zichzelf en God zo goed mogelijk te leren kennen en voor de wereld te bidden. Dit zijn de monniken en monialen. Door de gelofte van kuisheid, afstand van bezit en volledige gehoorzaamheid, proberen ze hun eigen trotse wil af te snijden, hun passies in te zien en af te zien van datgene wat tussen hen en God in de weg zou kunnen staan. Wanneer zij op een gegeven moment hierin gevorderd zijn en behoefte hebben aan een omgeving waarin ze nog minder worden afgeleid in hun gebed, vragen ze de zegen van hun abt en geestelijk vader om te mogen leven in een kleiner gezelschap, in een zogenaamde skite. Dit is een klein complex van enkele kloostercellen met een kerkje. Wanneer er door de jaren heen nog een grotere behoefte ontstaat aan het één op één contact met God, zonder de veilige kloostermuren en het contact met de andere monniken, dan vraagt de monnik weer de zegen. Wordt hij dan in staat geacht om een kluizenaarsleven te gaan leiden, dan zoekt hij een daarvoor geschikte plek op. Om een kluizenaarsleven te kunnen leiden, moet een mens zo'n ongelofelijke geestelijke kracht hebben, dat dat maar voor enkelen is weggelegd. Het is dan ook een beslissing die hij weliswaar in z'n hart heeft genomen, maar uiteindelijk niet zonder de zegen van de abt en geestelijk vader. Zij kennen de monnik namelijk door en door en hebben zijn ascese en gehoorzaamheid van dichtbij meegemaakt en kunnen daarom inschatten of de monnik hier klaar voor is. Is dat namelijk niet het geval en zou hij te vroeg worden gezegend, dan zal hij de verzoeken die de volledige stilte met zich meebrengt zoals eenzaamheid, onophoudelijke gedachten en de aanvallen van de demonen, zoals bij de heilige Silouan het geval was, niet kunnen weerstaan. Helaas is de laatste tijd het monastieke leven niet positief in de media geweest. Reden daarvoor is o.a. de té snelle toelating van monniken tot een klooster zonder een grondige test. In orthodoxe kloosters ligt de nadruk erg op gehoorzaamheid en dit wordt in een soort stage periode ofwel het noviciaat getest; soms duurt dit een jaar, maar soms ook jaren, afhankelijk van de geestelijke groei van de novice. Een novice moet bijvoorbeeld een tafel schoonmaken, terwijl hij heeft gezien dat een ander dat net heeft gedaan en de abt – die de aspirant monnik wil testen – op een afstandje bezig is en weet heeft van degene die de tafel net al had schoongemaakt. Wanneer de aspirant dan al in deze beginperiode aangeeft dat hij het onzinnig vindt om de tafel opnieuw schoon te maken of dit niet zegt, maar dit op een andere manier laat blijken, bijvoorbeeld door te klagen bij een andere monnik, geeft hij daarmee aan, dat zijn mening belangrijker is dan die van de ervaren abt. Wanneer de monnik bij deze simpele taak al niet gehoorzaam is, hoe zal hij dan bij de vele andere taken die nog op hem wachten niet eigenwijs zijn. Op die manier kan hij in grote verzoeking komen. De ervaring en geestelijke rijpheid ontbreken gewoonweg nog. En juist de nederige monnik zal, ook al weet hij dat een abt, bijvoorbeeld in een andere situatie een duidelijke fout begaat, bijvoorbeeld door het onterecht berispen van deze monnik, deze berisping nederig ondergaan (de enige uitzondering is als de berisping betrekking heeft op een verkeerde uitleg van de kerkleer, want elke rechtgelovige christen zal moeten strijden tegen ketterijen). Hij beseft namelijk dat uiteindelijk niets zonder Gods wil geschiedt. God heeft deze monnik waardig geacht om door deze gebeurtenis (als het ware een test van God voor hem) een nog diepere nederigheid te ontwikkelen.

### **Wereldse vrijheid is een illusie. Aan echte vrijheid gaat eerst gebondenheid vooraf**

Hoe paradoxaal het ook klinkt, juist door de eigen wil op te geven wordt een mens pas echt vrij. Hij is namelijk gebonden aan z'n zonden. Aan het doen van z'n eigen wil, in plaats van

Gods wil. De heilige Silouan zegt daarover in een gesprek met een student: “Wie wil er geen vrijheid? Iedereen wil haar, maar je moet weten waaruit zij bestaat en hoe je haar kunt vinden... Om vrij te worden, is het allereerst nodig om jezelf te “binden”. Des te meer je jezelf bindt, des te groter zal de vrijheid van je geest zijn... Je moet je hartstochten in jezelf vastbinden, opdat zij je niet overheersen; je moet jezelf binden, opdat je je naaste niet benadeelt... Gewoonlijk zoeken de mensen de vrijheid om te kunnen doen wat zij willen. Maar dat is geen vrijheid, dat is de macht van de zonde over jou. De vrijheid om ontucht te bedrijven, mateloos te eten, zich te bedrinken, haatdragend en gewelddadig zijn, te doden of iets dergelijks: dat is allemaal geen vrijheid, want zoals de Heer heeft gezegd: “Een ieder die de zonde doet, die is een slaaf van de zonde. “We moeten veel bidden dat we van deze slavernij worden bevrijd. De ware liefde is een voortdurend verblijven in God”. “Hoewel de diepte van de woorden van de starets het begrip van de jonge student te boven gingen en ondanks de uiterlijke eenvoud van zijn woorden, verliet zijn gespreksgenoot hem diep onder de indruk”, zo schrijft archimandriet Sophrony.

Wordt de gehoorzaamheid, het leven zonder geliefden dicht in de buurt en het leven zonder allerlei eigen bezit niet goed getoetst, dan kan een monnik ziek worden. Treedt hij namelijk te snel in en blijkt, dat het leven in een klooster toch niet voor hem is weggelegd, dan komt de gewijde monnik in een crisis terecht. Eigenlijk zal hij moeten uittreden. Leven in de wereld was echter ook niet wat hij zocht. Daarvoor vluchtte hij naar een klooster. Dit kwam echter niet door een vurig verlangen, maar door een niet opgelost probleem in de wereld. Na toch ook het geestelijke kloosterleven intensief te hebben doorleefd, is het voor de monnik echter moeilijk om terug te keren naar de wereld. Blijft hij dan “hangen” in het klooster, dan kan er geen geestelijke groei zijn, door wanhoop gebeurt eerder het tegenovergestelde, het probleem wordt “uitgewerkt” met alle gevolgen van dien. Trekt hij echter naar de wereld, dan trekt hij naar de plek die hij juist ontvlucht is en waar hij (bij het niet aanpakken van het probleem) ook niet gelukkig zal worden. Om de kans van bovenstaande te voorkómen of om te ontdekken of het monniksleven iets voor een belangstellende is, is het al eerder genoemde noviciaat, ingesteld. Het komt namelijk ook vaak voor dat een oprecht gelovige belangstelling heeft om toe te treden tot een klooster, maar tijdens zijn noviciaat ontdekt, dat het kloosterleven tot zijn sterfdag (in de Orthodoxie ben je monnik voor je leven; een monnik op bejaarde leeftijd treedt om die reden niet uit) een té zware opgave is of simpel niet zijn weg is. God heeft blijkbaar een ander plan met hem.

### **Geen monnik worden, maar wel een getrouwde priester**

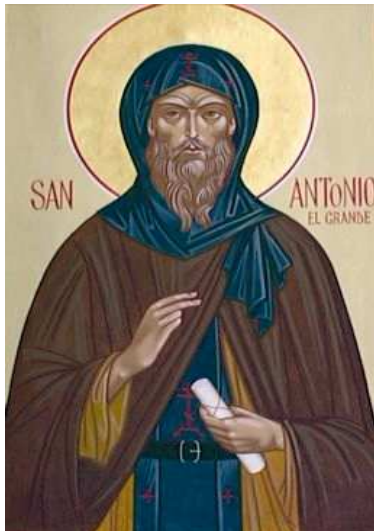
Dat kan in de Orthodoxe Kerk. Een priester die getrouwd is, kinderen heeft en in de wereld leeft, kan zich goed inleven in het gezinsleven van hen die hem om hulp vragen en bij hem biechten. Hij heeft zelf ook allerlei wereldse zaken moeten beslissen en problemen moeten oplossen en moet dat elke dag nog steeds. Hij leeft tussen de mensen en is daardoor ook goed toegankelijk. Een mooi voorbeeld hiervan is de heilige Johannes van Kronstadt (Kronstadt is een voorstadje van St. Petersburg), die begin vorige eeuw leefde. Deze zachtmoedige Russische priester ontving elke dag ongeveer vijfduizend mensen in zijn kerk.





### Foto's van de heilige Johannes van Kronstadt († 1908)

's Avonds, liep hij door de straten van het stadje en zag en hoorde de dagelijkse ellende. Hij zag dronkenschap, ontucht en veel armoede. Hij bad voor iedereen en niet zelden kwam hij zonder schoenen terug. Hij had ze aan de armen geschonken. Zulke priesters zijn een zegen voor de mensheid. God heeft echter voor iedereen een eigen plan. Hij heeft iedereen een uniek talent of zelf meerdere talenten gegeven. De enige opdracht is, om die talenten te ontdekken en er wat mee te doen, want Hij zal uiteindelijk vragen wat je met je talenten hebt gedaan (zie hiervoor ook de parabel over de talenten in Mat. 25:14-29). Of je nu leek, bisschop, priester of monnik of moniale bent, ieder heeft z'n eigen weg. De weg van de monnik is niet per se heiliger dan die van een leek. Weliswaar komen de meeste heiligen wel uit monniken voort, maar het verhaal van de heilige Antonius de Grote en de schoenmaker leert ons dat ook leken buitengewoon vroom kunnen zijn en daarmee als voorbeeld dienen voor hen die denken al ver op weg te zijn. Antonius werd rond 251 geboren in een christengezin in Midden-Egypte.



### **De heilige Antonius de Grote ( † 356)**

Toen hij 20 jaar oud was stierven zijn ouders en lieten hem een aanzienlijk vermogen na. Maar in die dagen werd in de kerk het evangelie van de rijke jongeling voorgelezen. Antonius werd hierdoor zo diep getroffen, dat hij heel zijn bezit uitdeelde aan noodlijdenden. Vervolgens trok hij zich terug in een grot buiten de stad om een leven van gebed te leiden. Toen hij daar niet de volkomen eenzaamheid vond die hij zocht om geheel en al bij Christus te zijn, begaf hij zich naar de woestijn die in Egypte nergens ver weg is. Zijn manier van leven trok veel andere christenen aan die zich als leerlingen rondom zijn verblijf vestigden. Van heinde en ver kwamen andere monniken hem bezoeken, maar ook bisschoppen, filosofen en heidense waarheidszoekers. Zij kwamen zijn raad inwinnen en waren verwonderd over zijn wijsheid. Hij kan dan ook de stichter van het monnikendom worden genoemd. Na grote ascetische inspanningen waarbij hij Gods nabijheid voelde, sloop na verloop van tijd de trots in zijn ziel. Hij voelde dat hij bekwamer was dan menig christen. Om hem deze ijdelheid te doen inzien, stuurde God hem naar de stad, naar Alexandrië. Daar ontmoette hij een eenvoudige schoenmaker die elke dag ijverig werkte, maar aan het einde van de dag desalniettemin inzag dat hij weer niets goed had gedaan en tot Antonius de woorden sprak: “Allen zullen worden gered, alleen ik zal verloren gaan”. Na deze ontmoeting beseftte Antonius dat er aan hemzelf nog veel te verbeteren was. Hij was bij lange na nog niet zo nederig als deze schoenmaker. Dit zette hem aan om met nog meer inspanning de geestelijke strijd voort te zetten en God om wijsheid en inzicht te bidden.

Met een ander voorbeeld uit de woestijn wil ik terugkomen op de vraag of het nodig is om naar de kerk te gaan en om de Communie te ontvangen. Wanneer we het verhaal van de heilige Maria van Egypte horen en goed tot ons laten doordringen, beseffen we dat een regelmatige kerkgang op zich niets zegt over de mate van berouw over iemands zonden. Zij ging namelijk niet naar de kerk, maar had toch een zeer groot berouw. Echter een zo'n groot berouw zoals bij Maria van Egypte leeft er in de meeste van ons niet en daarom is de kerk voor ons toch de aangewezen plek om dit berouw op te wekken. Vluchtend naar de Overjordanse woestijn vanwege haar wellustig leven als prostitué, had zij namelijk zoveel walging van zichzelf, dat ze onophoudelijk haar zonden beweende, voortdurend vastte en continu tot Gods barmhartigheid voor haar vergeving bad, zoals ze een jaar voor haar dood aan de monnik Zosima vertelde, die haar bij toeval zag na eens verder dan gewoonlijk de woestijn te zijn ingelopen. Het berouw van de heilige Maria was zo groot, dat ze zich te

zondig voelde om terug te keren naar de wereld, laat staan naar de kerk. De woestijn was haar kerk. Zij leefde daar 47 jaar onder de blote hemel en at van de planten die er in het voorjaar groeiden. Van haar kleren bleef langzamerhand niets over, zij ontmoette nooit enig dier, laat staan een mens. Toen zij Zosima zag vluchtte zij van hem weg uit zelfbescherming en uit diepe schaamte. Toen hij haar bleef achtervolgen en bleef aandringen of ze wilde vertellen wie ze was en wat haar hier in deze omstandigheid in de woestijn deed wonen, vroeg ze hem eerst zijn mantel zodat ze zich kon bekleden en vertelde uiteindelijk haar verhaal, beseffende dat dit Gods wil was. Ze vroeg hem om het volgende jaar op Witte Donderdag (de dag dat Christus met Zijn leerlingen het Laatste Avondmaal nuttigde) terug te komen en haar de Heilige Communie te brengen. Zo gezegd zo gedaan en het volgend jaar liep ze over het water van de Jordaan (net als Christus) om bij hem te komen en de Heilige Communie te ontvangen. Ze maakten een nieuwe afspraak en het volgende jaar maakte Zosima opnieuw de twintig dagen lange tocht vanuit zijn klooster om haar te ontmoeten. Echter aangekomen vond hij haar dood op de grond met een inscriptie in het zand waaruit hij begreep dat ze het vorig jaar na het innemen van de Communie gestorven was en dat ze op miraculeuze wijze getransporteerd was naar de plaats waar hij haar vond met haar lichaam in goede staat. Hij begroef haar met de hulp van een passerende leeuw. Zowel Maria als Zosima zijn later heilig verklaard. Het verhaal van Maria van Egypte is een zo'n exemplarisch voorbeeld van berouw dat van haar een uitvoerige levensbeschrijving wordt gelezen in de Avonddienst van de vijfde donderdag van de Grote Vasten om de gelovigen te steunen in hun geestelijke strijd. In principe wordt er in de Orthodoxe Kerk, behalve in kloosters, niet gelezen, wel worden gebeden geciteerd en wordt er gezongen.



**De heilige Maria van Egypte († 522)  
Maria v. E.**



**De h. monnik Zosima († 560) en de h.**

### **Enkele dogma's van de Orthodoxe Kerk**

Naast de vesper- en mettendienst op zaterdagavond en de liturgie op zondagochtend, probeert een Orthodox zo veel mogelijk kerkfeesten die op weekdays vallen bij te wonen. Dit hangt natuurlijk af van de (financiële) mogelijkheden. Soms is de kerk niet vlak bij, soms gaat het werk voor of zijn er andere gegronde redenen. De Orthodox probeert in ieder geval een levendige band met God op te bouwen en te onderhouden. Zijn God heeft een gezicht, namelijk in de 2<sup>e</sup> persoon van de Heilige Drie-eenheid, Jezus Christus. Hij heeft 33 jaar op aarde heeft rondgelopen en daarom kan Hij ook afgebeeld worden op iconen.



Des anderen daags zag Johannes Jezus tot zich komende, en zeide: "Zie het **Lam** Gods, Dat de zonde der wereld wegneemt!" (Joh. 1:29).

God heeft de aanvankelijk onoverkomelijk lijkende breuk tussen Adam (de oude mens) en Hemzelf hersteld door Zijn Zoon, Christus (de nieuwe mens), te offeren ter vergeving van de zonden van de mens. De vele brandoffers, slachtoffers, verzoenoffers, vredeoffers, zondoffers etc. die de Joden brachten voor God waren namelijk nooit genoeg om écht gereinigd te kunnen worden van hun zonden (zie ook Heb. 11-17). "Waar dan voor deze dingen vergeving bestaat, is geen zondoffer meer nodig" (Heb. 10:18). Alleen doordat God Zichzelf offerende en daarmee het leed en de zonde van de oude, huidige en toekomstige mens volledig op Zich nam, kon en kan de mens verzoend worden met Hem.

Christus is de God-mens en heeft dus twee naturen. Hij kent ons als God, maar heeft Zelf ook het volledig menselijk lijden doorgemaakt op aarde. Hij is de Schepper van hemel en aarde, de Pantocrator. Dit is zo mooi te zien in de voorafbeelding van Pasen, namelijk de opwekking van Lazarus, een vriend van Jezus. Toen Lazarus namelijk gestorven was zag Jezus Lazarus' zusters, Martha en Maria, rouwen. Op dat moment weende Jezus ook, want hij was bewogen, maar even later riep Hij met krachtige stem naar Lazarus: "Lazarus kom naar buiten" (Joh. 11:43) en aldus geschiedde.





### **Opwekking uit de dood van Lazarus; voorafbeelding van de Opstanding van Christus**

In de Orthodoxie wordt gezegd van een oprecht Christen die sterft, dat hij wordt geboren voor de eeuwigheid. Dit is een positieve benaderingswijze van de dood. In de Orthodoxie bestaat er in feite geen verschil tussen leven en dood, in die zin, dat ieder mens weliswaar lichamelijk sterft, maar dat zijn ziel vanaf zijn conceptie eeuwig zal blijven bestaan. Waar en in wat voor een toestand hangt af van zijn aardse leven. Dit bepaalt namelijk de plek die hij door God toebedeeld krijgt, dicht(er)bij Hem of geïsoleerd van Hem. Echter, tot het moment van de 2<sup>e</sup> wederkomst van Christus, is er nog veel mogelijk, ook voor de onrustige, van God verwijderde, ziel. Degenen op aarde kunnen namelijk voor deze ziel bidden. Dit gebeurt in de Russisch Orthodoxe Kerk bijvoorbeeld in een zogenaamde panichida, ofwel een gedachtenisdienst voor de overledene, waarbij de overledene bij naam wordt genoemd. Wanneer dit gebed krachtig genoeg is en God er door geraakt wordt, kan de ziel toch nog worden gered. Anders zou het immers geen enkele zin hebben om überhaupt voor overledenen te bidden. Dat er sprake is van een wisselwerking tussen hemel en aarde blijkt ook uit het feit dat degenen die al dicht bij God staan in de hemel, ook voor hen die nog op de aarde leven, bidden. Niet voor niets worden heiligen aangeroepen en niet voor niets staan zij ook op de iconen in de kerk. Zij zijn in de geest in de kerk aanwezig, net als de kerkgangers en daarmee de eenheid van de Kerk, ofwel sobornost in het Russisch, bevestigend.

### **Heiligen**

Als voorproefje van het eeuwige leven en het daadwerkelijke bestaan daarvan, schenkt God ons soms ook een blik hierop via de wonderen die door de heiligen zijn verricht. Dit zijn Christenen die hun hele leven in dienst hebben gestaan van hun Schepper, en, doordat er na hun dood bij hun graf en door hun voorspraak meerdere wonderen zijn verricht die door het (gewone) volk zijn ervaren en door de Orthodoxe Kerk grondig zijn onderzocht, opgetekend en tenslotte zijn erkend, heilig zijn verklaard. Een voorbeeld van dit voorproefje zijn bijvoorbeeld de lichamen van heiligen die soms op wonderlijke wijze nog jaren en soms zelfs eeuwen na hun dood intact blijven. Dit is bijvoorbeeld het geval bij de heilige Alexander

Svirski , een monnik die ruim 5 eeuwen geleden leefde in de bossen van Rusland, zo'n 230 kilometer ten noordoosten van Sint-Petersburg.



**De heilige Alexander Svirski( † 1533)**

### **Liefde voor Rusland**

Via het opknappen van het klooster van Alexander Svirski in 1992, is mijn broer, inmiddels vader Georgi die nu als priester dient in België , met de Orthodoxie in contact gekomen en heeft mij daarna geïnspireerd. Hij kwam bij dit klooster terecht na een vraag van een klasgenote tijdens het vak Russisch op de middelbare school. Haar oom had namelijk het idee om met een grote groep, voornamelijk jongeren, het vervallen klooster, waar in de onderhouden gedeeltes toen nog psychiatrische patiënten woonden, op te knappen. De vraag was, of er leerlingen uit de klas geïnteresseerd waren om hun Russisch in de praktijk te brengen door als tolk te fungeren. Drie jongens, waaronder mijn broer, wilden dat wel en zo reisden ze uiteindelijk met zo'n vijftig man af naar Svirskoye, het plaatsje waar het klooster staat. De stilte, de prachtige natuur en de voelbare aanwezigheid van God tijdens een kerkdienst, geleid door een lokale priester en drie parochianen die het koor vormden in één van de vervallen kerken op het kloostercomplex, deden mijn broer, weer thuis aangekomen, beseffen, dat hij iets met deze ervaring moest doen. Je zou kunnen zeggen dat hij "De Russische ziel" had ontmoet, niet te verklaren alleen te ervaren. Daarom ging hij daarna een jaar in St. Petersburg Russisch studeren. In die tijd heeft hij zich ook laten dopen, namelijk in het Alexander Svirski klooster. Toen ik hem in die tijd opzocht zijn we ook samen naar dit klooster gegaan. Ik had een rolstoel van een ziekenhuis gekregen en had kleding meegenomen voor de psychiatrische patiënten. Die hebben we aan de behandelende artsen gegeven om te verdelen onder de patiënten. Een man zonder benen kreeg de rolstoel. De omgeving van het klooster was prachtig en ik zag de gedeeltelijk opgeknapte kloosterkerken, maar een echte religieuze ervaring had ik niet. Wel wist ik nu



waar mijn broer geweest was. Toen we later met de trein naar Moskou reisden, was dat een ervaring van een ander soort. We liepen in de sneeuw op het Rode Plein. Ik keek m'n ogen uit en besepte dat ik me op de plek bevond die altijd op televisie werd getoond als er parades waren, maar ook vanwaar de Nederlandse correspondent altijd het nieuws uit Rusland berichtte. En dat, terwijl het nog niet zolang geleden was, dat het nog moeilijk was om je in Rusland vrij te begeven. Het was de tijd van de overgang, van de hervorming (perestroika) en er werd geleidelijk aan steeds meer mogelijk.

Er waren nog twee andere momenten die een diepe indruk op me hebben gemaakt. Nadat mijn broer en ik namelijk het Rode Plein af waren gelopen en buiten de muren van het Kremlin een bankje hadden gevonden, haalde hij een ongesneden brood en een worst uit zijn rugzak. Met een mes sneed hij de worst in stukken en legde die op een stuk afgesneden brood. De volgende gedachte ging door me heen: We zitten hier nu ver weg van ons ouderlijk huis. Ik, die geen Russisch spreek en daardoor afhankelijk van mijn drie jaar jongere broer. Hij, die niet lang geleden bij wijze van spreken nog moeite had om het centrum van onze geboortestad te vinden vanuit ons ouderlijk huis, maar mij nu door de miljoenenstad Moskou loodst, die jarenlang hét centrum van de "vijand" was. Ten minste, in deze Koudeoorlog retoriek was ik opgegroeid. Maar in de serene rust die sneeuw op kan roepen en de eenvoudige maaltijd, zonder voorgesneden plakjes vlees en voorgesneden brood uit de supermarkt zoals ik in Nederland gewend was, ervoer ik juist een intense vrede en blijdschap door hier te mogen zijn, samen met mijn broer. Echt geluk is vaak heel eenvoudig. Het was een gevoel van het loslaten van het vertrouwde en overgeven aan het onbekende, met iemand die je 100% vertrouwt, in dit geval mijn broer. Je zou kunnen zeggen dat het een voorproefje was van mijn latere doop: het loslaten van je oude leven en het beginnen met een nieuw leven, met iemand die je 100% vertrouwt, namelijk God. Natuurlijk wil ik hier mijn broer niet op gelijke voet stellen met God, maar doordat hij kort na deze ervaring op een andere manier indruk op me maakte door zijn manier van handelen, zag ik in de **praktijk** wat het was om écht als een Christen te handelen. We liepen namelijk op een gegeven moment in de buurt van een metrostation waar een zwerver op de grond lag met een kapotte fles wodka in z'n bebloede hand. Het was een koude dag en het vroom stevig. Iedereen liep met een boog om de man heen. Mijn broer niet. Hij pakte de man op, zei een paar woorden tegen hem, zette hem in de warme metrohal en daarna liepen we weer door. In de praktijk zag ik het verhaal van de Barmhartige Samaritaan zich voor me afspelen. Mede door deze ervaring was ik er in mijn hart al wel van overtuigd dat ik Christen wilde worden, maar ik was nog niet klaar voor de doop. Weer enkele jaren later volgde een tweede stap, in een vakantiehuisje in de Belgische Ardennen waar onze ouders een eenvoudig huisje hadden gehuurd zonder televisie en zij aan het lezen waren, zag ik mijn kans schoon om mijn broer een aantal vragen te stellen over zijn geloof. Hij was inmiddels weer teruggekeerd naar Nederland om te gaan studeren. Ook nu speelde de sneeuw een belangrijke rol. In die tijd was het altijd zo dat als mijn broer en ik elkaar bij onze ouders ontmoetten in hun huis (we studeerden toen in plaatsen ver uit elkaar), hij een groot deel van het weekend in de kerk was en ik aan het hardlopen was, dus tijd om elkaar uitgebreid te spreken was er niet of maakten we niet. Maar nu, in het vakantiehuisje, was er geen kerk en waren de omstandigheden om hard te lopen ook niet ideaal. We waren als het ware ingesloten en zelfs het interieur was zo donker, dat het leek dat we elkaar alleen maar in het midden van de kamer bij het grote licht konden ontmoeten. Mijn broer begon uit te leggen en gaf antwoord op al mijn vragen en elke keer kwamen er weer nieuwe vragen in me op die hij elke keer weer geduldig beantwoordde. Uiteindelijk werd het een gesprek van vijf uur. Ik had

kloppende hoofdpijn van het ingespannen luisteren, maar ik hing aan z'n lippen en had een heel voldaan gevoel. Er was geen vraag onbeantwoord en er was geen enkele twijfel meer. Heel duidelijk wist ik nu de verschillen tussen de diverse religies, tussen religie en filosofie, tussen andere levensovertuigingen en tussen de verschillende Christelijke denominaties. Ik wist nu ook op een **theoretische wijze** dat als ik me zou willen laten dopen, dat in de Orthodoxe Kerk zou zijn. Anderhalf jaar later gebeurde dit uiteindelijk.

In de vele reizen naar Rusland na mijn doop, heb ik ook opnieuw het Alexander Svirski klooster bezocht. Dat gebeurde nu echter vanuit een ander perspectief dan de eerste reis toen ik nog niet gedoopt was. Waar zijn lichaam (zijn relieken) de eerste keer nog überhaupt zoek was en dus zeker niet in het klooster lag, lag het er dit keer wel. Ik kon het nu vereren.

Alexander Svirski heeft net als aartsvader Abraham, de Heilige Drie-eenheid mogen aanschouwen. Zij daalden neer in de gedaante van drie Engelen. In de geschiedenis van de Russisch Orthodoxe Kerk is deze Goddelijke nederdaling bekend als de enige. Meer over de heilige Alexander Svirski is te lezen op de website van het Aartsbisdom van Brussel en België van de Russisch Orthodoxe Kerk van het patriarchaat van Moskou:

[http://www.archiepiskopia.be/Ned/bibliotheek/alexander\\_svirsky.htm](http://www.archiepiskopia.be/Ned/bibliotheek/alexander_svirsky.htm)



**De heilige Alexander Svirski voor de Heilige Drie-eenheid (afgebeeld in de vorm van drie Engelen).**

Het lichaam ofwel de relieken van Alexander Svirski is/zijn te vereren in het Alexander Svirski klooster, 4 uur rijden van St. Petersburg. Vereren is iets anders dan aanbidden. In de Orthofoxie wordt alleen God aanbeden. Via de verering van een heilige of de Moeder Gods aanbid je God indirect, want zonder Hem zouden zij niet hebben bestaan. Je vraagt hun voorspraak bij God, omdat de geschiedenis al vele malen heeft bewezen dat zij dicht bij God verblijven door hun heilig leven.

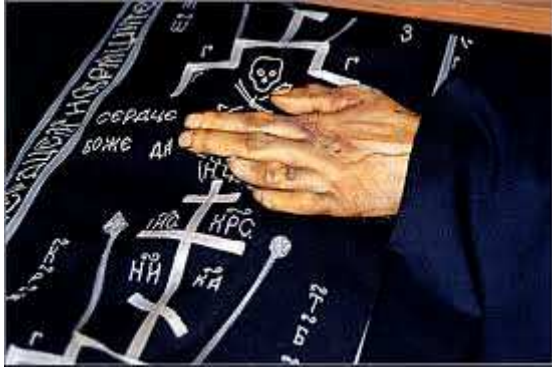


**Klooster van de heilige Alexander Svirski**



**Het lichaam van de heilige Alexander Svirski. Duidelijk zijn de hand en voet van de heilige te zien. De relikven zijn nog altijd volledig intact en vloeien van tijd tot tijd heilige myron.**





**Close up van de hand van de heilige Alexander Svirski.**

## **Inrichting en houding in een Orthodoxe Kerk**

Naast iconen is de kerk zo is ingericht dat het aanzet tot gebed, ofwel de communicatie met God, door de kleuren, geuren en gezang. Stemmige en natuurlijke kaarsen, vaak gemaakt van was, geen TL-buizen, wierook die samen met het gebed opstijgt voor Gods aangezicht en de mooie continue zang die de woorden hun intellectuele betekenis ontnemt. Het gaat om het hart van de mens. In het hart is ieders persoonlijke kerk en in het hart ligt alle kennis opgesloten. Door oprecht gebed kan die kennis worden geopenbaard. Een ware theoloog, zoals Johannes de evangelist bijvoorbeeld wordt genoemd, is dan ook een Godskenner via zijn geloof en gebed, niet via theoretische kennis (alleen). Dat laatste kan lijden tot het rare verschijnsel dat er in Nederland één op de zes dominees niet gelooft in God. De kerkdiensten in de Orthodoxe Kerk zijn in de regel lang en worden in veel kerken, zeker in Rusland, staand bijgewoond. De voornaamste reden hiervan is dat Christus heeft aangegeven: “En gij zult de Here, uw God, liefhebben uit geheel uw hart, en uit geheel uw ziel, en uit geheel uw verstand, en uit geheel uw kracht” (Marcus 12:30)”. Dus zowel het lichaam als de ziel nemen deel aan het gebed. Alle gelovigen staan bij- en door elkaar als Gods volk. De lengte van de dienst heeft er o.a. mee te maken, dat een mens in de regel een soort opwarming nodig heeft om tot gebed te kunnen komen. Zeker in het wereldse leven (dus buiten het klooster) met al z'n hectiek en afleidingen, is het voor de menselijke ziel moeilijk om z'n gedachten over zaken die spelen in die wereld los te laten in de kerk. In de liturgie wordt zelfs een lofzang gewijd om de aardse zorgen los te laten. In de kerk treed je dan ook als het ware de hemel binnen, de hemel op aarde. Het loslaten nu van aardse zaken geeft ruimte aan het gebed. Dit kost dus de nodige tijd. Wanneer nu de diensten dermate kort zijn of dermate vaak onderbroken worden door gesproken woorden, is het voor de ziel moeilijker om tot gebed te komen en dit vast te houden. Natuurlijk kost het in het begin soms alleen al veel fysieke kracht om lang te blijven staan. Je gaat in het begin je benen voelen. Maar het is als een training. In het begin is die altijd zwaar. Je moet jezelf eerst altijd ergens overheen zetten. Naarmate de atleet gevorderd is, ervaart hij de training als lichter en tenslotte verlangt hij naar meer.

De Orthodoxie benadrukt kerkelijke discipline enerzijds, maar is het meest vrije geloof anderzijds, want de Christelijke God is een God van vrijheid. Als God de mens niet dwingt, dan de kerk al helemaal niet. In feite heeft God ons enerzijds niet nodig, maar anderzijds wil Hij zijn liefde kwijt aan de mens die Hij heeft geschapen naar Zijn beeld (icoon) en vraagt ons die liefde te ontvangen. In de voorbereidingsgebeden voor het ontvangen van de Heilige Communie staat: “Door Uw liefde hebt Gij mij gewonnen, o Christus”. In de Orthodoxie wordt

gezegd dat de hel de plek is waar de mens zich vrijwillig heeft afgekeerd van Gods liefde en er daar dan ook geen liefde bestaat.

Samengevat bezit de Orthodoxe Kerk voor mij de grootste rijkdom aan geestelijk voedsel die er bestaat en waarvan je nooit verzadigd zal worden, zodat er altijd verlangen blijft bestaan om God steeds beter te leren kennen.